

ЛАШМАЙКИНА Л. И., СЛУГИНА Я. О.
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВНУТРИЛИЧНОСТНЫХ
КОНФЛИКТОВ В ПЕРИОД ОТРОЧЕСТВА

Аннотация. В статье рассматриваются психологические особенности протекания внутриличностных конфликтов в подростковом возрасте. Представлены результаты эмпирического исследования доминирующих конфликтов в период отрочества.

Ключевые слова: внутриличностный конфликт, эмоциональная сфера, тревожность, «Я-концепция», конфликт, самооценка, ценностные ориентации, период отрочества, кризис.

LASHMAIKINA L. I., SLUGINA YA. O.
PSYCHOLOGICAL FEATURES OF INTRAPERSONAL
CONFLICTS IN ADOLESCENCE

Abstract. The article examines the psychological features of the course of intrapersonal conflicts in adolescence. The results of an empirical study of dominant conflicts during adolescence are presented.

Keywords: intrapersonal conflict, emotional sphere, anxiety, “I-concept”, conflict, self-esteem, value orientations, period of adolescence, crisis.

В настоящее время отмечается повышенный интерес к проблеме эффективного преодоления человеком трудных жизненных ситуаций. Это объясняется происходящими в обществе социально-экономическими изменениями (обновлением системы ценностей, условиями постоянной конкуренции и др.), которые требуют от современного человека продуктивной активности в различных сферах жизнедеятельности. Одной из причин неэффективного разрешения возникающих проблем может являться переживание внутриличностного конфликта, сопровождающегося личностной неопределенностью и эмоциональной нестабильностью.

Подростковый возраст традиционно привлекает к себе внимание исследователей, так как является одним из самых сложных, ответственных в жизни ребенка и его родителей. Это период психического развития человека, переходный этап между детством и взрослостью [5]. Период отрочества считается кризисным, поскольку происходят резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны личностных нарушений [4]. Движущие силы личностного развития подростка определяются преодолением противоречий между физическим и социальным развитием. Эти противоречия проявляются в виде внутренних и внешних конфликтов [2].

Возникновение внутриличностного конфликта у подростков может быть связано с различными условиями. Среди личностных условий можно выделить: наличие сложного внутреннего мира, который может включать в себя развитую иерархию мотивов; систему чувств; склонность к самоанализу и рефлексии. В этот период жизни происходят изменения отношений подростка к миру и к себе. Отрок формирует свое мировоззрение, свои жизненные планы, что, в конечном счете, дает возможность ему жить самостоятельно. Внешние ситуативные условия могут включать объективные препятствия, требования общества и окружающих, которые могут противоречить личным ценностям и убеждениям подростка. Внутренние ситуативные условия связаны с противоречиями между значимыми отношениями, которые имеют приблизительно равную силу и, которые воспринимаются подростком как неразрешимые. В целом, подростковый внутриличностный конфликт может иметь как положительные, так и отрицательные последствия для личностного развития [1].

Внутриличностные конфликты подростков провоцируются множеством факторов. Одним из наиболее доминирующих – неадекватная самооценка. Подростки часто переоценивают или недооценивают свои способности и возможности, что приводит к разочарованию и конфликтам с окружающими и с самим собой. Еще одна причина – нереалистичные представления о себе. В этом возрасте подростки склонны видеть во всем лучшее и не желают замечать своих недостатков, что тоже создает трения внутриличностного характера. Также конфликты возникают из-за трудностей в принятии социальных ролей. Подростки стремятся проявить независимость, в то же время им недостает опыта, дискриминация в группе сверстников, неприятие окружающими по каким-либо признакам – внешности, материальному положению и т.д. – также лежат в основе порождения внутриличностного конфликта [5].

В целом, внутренний конфликт у подростков обусловлен тем, что удовлетворить свои активные мотивы и потребности они не могут или этому мешают внешние и внутренние причины. Это приводит к эмоциональному напряжению и противоречию между разными сторонами личности.

Для выявления психологических особенностей внутриличностных конфликтов в период отрочества нами было организовано эмпирическое исследование на базе МБОУ «Тургеневская СОШ». В нем принимали участие учащиеся 7-ых и 8-ого класса в количестве 32 человека. Испытуемые, участвовавшие в эксперименте, выбирались нами методом случайной выборки и участвовали в эксперименте в свободное время.

Исследование проводилось в несколько этапов:

1. На первом этапе нами проводилась беседа с подростками, направленная на выявление внутриличностных противоречий в различных сферах жизни с целью определения

наличия внутриличностных конфликтов. Результаты беседы показали, что 67 % испытуемых испытывают внутриличностные конфликты, которые протекают как: хочу и хочу (мотивационный); хочу и надо (моральный); хочу и могу (конфликт нереализованных желаний); могу и могу (конфликт неадекватной самооценки).

2. Цель второго этапа заключалась в изучении самооценки, как основного фактора провоцирующего внутриличностные конфликты в период отрочества. Нами была использована методика Р. В. Овчаровой на определение самооценки [3]. Полученные результаты обобщены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты методики Р. В. Овчаровой (%)

Самооценка	Процентное соотношение
высокая	30,0
адекватная	50,0
низкая	20,0

Опираясь на результаты, приведенные в таблице 1 можно заключить: ученики с адекватной самооценкой составляют большинство (50 %). Это говорит о том, что практически все ученики в классе умеют адаптироваться к различным социальным условиям, поскольку способны к контролю над собственным поведением. На наш взгляд, такие учащиеся с меньшей вероятностью будут подвержены внутриличностным конфликтам.

Дети с завышенной самооценкой составляют 30 %. Они уверенно и открыто отстаивают свои идеи, ставят свои интересы выше интересов других, не терпят критики, часто переоценивают свои способности и ведут себя проблематично. Эта группа испытуемых остро переживает конфликты внутриличностного характера.

Учеников с заниженной самооценкой оказалось меньше всего 20 %. В классе они малообщительны и постоянно находятся в своем мире, иногда у испытуемых этой группы проявлялась излишняя агрессивность и болезненная реакция на критику. Как бы странно не выглядело, излишняя внешняя уверенность в поведении являлась показателем заниженной самооценки, сопровождающаяся стремлением «выделиться» (необычная одежда или поведение, претендующее на «оригинальность»). У отроков этой группы также отмечается внутриличностный конфликт.

3. Третий этап был направлен на изучение различий между «Идеальным» и «Реальным Я» по методике G. M. Butler и G. V. Haigh [3]. Данная методика способствовала также выявлению особенностей протекания внутриличностных конфликтов в подростковом возрасте. Результаты представлены в таблице 2.

Результаты теста различий между «Идеальным» и «Реальным Я» (%)

Шкалы	Процентное соотношение
реальное Я	45,0
идеальное Я	25,0
разница между реальным и идеальным Я	25,0

Как видно из таблицы 2, 45 % учеников имеют систему представлений о себе, которая как ему кажется, соответствует реальности. «Реальное Я», точнее, его действительный, относительно устойчивый образ «Я», играет огромную роль в жизнедеятельности подростка: мотивирует деятельность, определяет выбор и уровень притязаний, определяет характеристики жизни.

«Идеальное Я» (25 %) как подструктура личности включает в себя представление подростка о типе личности, которым он должен быть или хотел бы быть. Оно основывается на усвоенных моральных нормах. «Идеальное Я» становится целью подростка, и он более или менее борется за нее. В основном это нормы, которые подростки усваивают в детстве. Часто подростки переоценивают или недооценивают свои способности и возможности, что приводит к разочарованию и конфликтам с собой и с окружающими.

Чем больше расхождение между «Я-реальным» (45 %) и «Я-идеальным» (25 %), тем острее протекают внутриличностные конфликты у детей подросткового возраста.

Среди внутриличностных конфликтов входящих в эту группу на доминирующие позиции выходят: конфликт доверия к миру, конфликт противоречивых потребностей, конфликт двойственных чувств, внутренний конфликт «образа Я», конфликт самоотношения и конфликт в развитии психосексуальной функции.

4. Целью четвертого этапа было изучение таких шкал как экстраверсия/интроверсия и эмоциональная устойчивость/неустойчивость с помощью опросника Айзенка для подростков [3]. Полученные результаты представлены в таблице 3.

Результаты теста Айзенка по шкалам экстраверсии/интроверсии и эмоциональная устойчивость/неустойчивость (%)

Экстраверсия		Интроверсия	
значительная	умеренная	значительная	умеренная
25,0	35,0	20,0	30,0

Эмоциональная устойчивость		Эмоциональная неустойчивость	
высокая	средняя	высокая	очень высокая
35,0	40,0	15,0	10,0

Как видно из таблицы 3 процентное соотношение умеренной экстраверсии составляет 35 %. При умеренной экстраверсии дети в меру общительны, могут поддержать разговор на любые темы, знают, что хотят, поэтому расхождения между «Я-реальным», и «Я-идеальным» у них незначительное.

Процентное соотношение значительной экстраверсии составляет 25 %. При значительной экстраверсии подростки всегда в поиске новых друзей, новых приключений, постоянно, у детей с значительной экстраверсией завышенная самооценка и «Я-реальное» доминирует над «Я-идеальным». Они легко переходят на крик в случае, если их не слышат и постоянно доказывают свою правоту.

Значительная интроверсия выражена у 20 % лиц, участвовавших в нашем эмпирическом исследовании. Эти дети спокойны, застенчивы, склонные к самоанализу, сдержаны и отдалены от всех, кроме близких друзей, планируют и обдумывают свои действия заранее, не доверяют внезапным побуждениям, контролируют свои чувства, нелегко вывести из себя. Поэтому можно сказать, что интроверты меньше склонны к конфликтности.

Подростки с высокой эмоциональной устойчивостью (35 %) характеризуются эмоциональной зрелостью, отличной адаптацией, отсутствием большой напряженности, беспокойства, а также склонностью к лидерству, общительности.

Испытуемые-подростки с высокой эмоциональной неустойчивостью (15 %) характеризуются чрезвычайной нервностью, плохой адаптацией, склонностью к быстрой смене настроений (лабильности), чувством виновности и беспокойства, озабоченности, депрессивными реакциями, рассеянностью внимания, неустойчивостью в стрессовых ситуациях.

Применяя сравнительно сопоставительный метод, нам удалось определить, доминирующие типы внутриличностных конфликтов. Их три.

1. Конфликт между потребностью к самостоятельности и получением помощи, опеки.
2. Конфликт между нормами и агрессивными тенденциями.
3. Конфликт между уровнем притязания и возможностями.

Конфликт между потребностью к самостоятельности и получением помощи, опеки (25 %). В этом виде конфликта доминируют следующие особенности: адекватная самооценка (17 %), «Реальное-Я» (22 %), значительная экстраверсия (10 %) и др. В данном конфликте подросток стремится освободиться от опеки взрослых и их контроля, от заботы старших – родственников, учителей, представителей старшего поколения. Потребность в освобождении связана с борьбой за независимость и самоутверждение как личности. Из-за чрезмерной опеки, контроля и наказания в виде наименьшего лишения свободы и независимости у подростка с завышенной самооценкой может проявиться непринятие и плохое отношение к родителям, потому что подросток с таким типом доминанты считает себя правым во всем и уже самостоятельной личностью. Также можно заключить, что высокая экстраверсия (10 %) может провоцировать подростков на агрессию, если их не слышат и начать доказывать свою правоту или наоборот, перерастать в аутоагрессию.

Конфликт между нормами и агрессивными тенденциями (23 %), провоцируются следующими нарушениями личностного развития – высокая самооценка (9 %), эмоциональная неустойчивость (10 %), «Идеальное-Я» (11 %). Агрессия – одна из форм поведения подростков данной группы. Это форма протеста против непонимания взрослых из-за неудовлетворенности своим социальным статусом. Потребность защитить себя и удовлетворить свои потребности также приводят к агрессии в ситуациях, когда подросток не находит другого выхода, кроме как драться или словесно угрожать, или к аутоагрессии. Кроме того, наличие очень высокой эмоциональной неустойчивости обостряет центральные новообразования «Чувство взрослости», которое провоцирует следующие модели поведения: ребенок отвергает общественные и семейные правила, обесценивает взрослого, демонстрирует аутоагрессию и девиантные модели поведения.

Конфликт между уровнем притязания и возможностями (19 %) порождают следующие внутриличностные изменения: адекватная самооценка (22 %), высокая эмоциональная устойчивость (13 %), «Реальное-Я» (23 %). Он протекает следующим образом: ребенок ставит завышенные жизненные цели, которые он считает адекватными своим возможностям, но в силу детского подросткового мировоззрения не имеет реальных возможностей их достичь, поэтому ребенок свое чувство «несостоятельности», компенсирует уходом в мир фантазий и аддиктивными моделями поведения (интернет зависимостью, алкогольной и табачной зависимостью).

Исходя из выше изложенного, можно заключить, что в качестве основных причин, вызывающих внутриличностный конфликт в подростковом возрасте выделяются: во-первых, неадекватная самооценка и неадекватные представления подростков о себе, во-вторых, несоответствие социальных ролей, в-третьих, групповая дискриминация, в-четвертых,

ограниченность объектов конфликта, подлежащих распределению.

В период подросткового возраста переживание внутриличностного конфликта – это особый вид активности личности, в которой осознается противоречие и происходит его разрешение на личностном уровне. При этом основными элементами переживания являются психоэмоциональное напряжение, которое имеет субъективное качество и предметное содержание.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бельтюкова А. В., Савина В. А. Исследование конфликтов в подростковом возрасте // Развитие идей В. М. Бехтерева в современной психологии и педагогике. – 2018. – № 4 (5). – С. 24–27.
2. Горлова Н. В. Разрешение конфликтов автономии: подход к исследованию личностной автономии подростков // Национальный психологический журнал. – 2019. – Т. 1. – № 1. – С. 47–58.
3. Ефимова Н. С. Психология общения. Практикум по психологии: учеб. пособие. – М.: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2016. – 192 с.
4. Киселева А. В. Внутриличностный конфликт в подростковом возрасте: дисс. ... канд. психол. наук. – М., 2005. – 220 с.
5. Королева А. Ф., Королева Н. С. Социально-психологические особенности подросткового возраста // Новая наука: стратегии и векторы развития. – 2019. – № 118. – С. 76–78.